

## Dopo un cancro al seno: fitoterapia per sintomi vaginali in menopausa

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica

H. San Raffaele Resnati, Milano

“Ho 55 anni, sono in menopausa da 4. Purtroppo due anni fa ho avuto la mastectomia per un tumore multicentrico (iella nella iella, mi ha detto l'oncologo). Sono in cura con inibitori delle aromatasi, che mi danno un sacco di sintomi ma che «devo fare», più molti sintomi della menopausa. Per me il più pesante è la secchezza vaginale che mi causa anche molto dolore. So che non posso prendere ormoni, ma c'è qualcosa di fitoterapico che sia veramente efficace per la secchezza?”.

Giusy R. (Firenze)

Sì, gentile signora, ho buone notizie confermate anche da studi recentissimi molto ben pubblicati su riviste scientifiche prestigiose come Menopause. Una ricerca italiana (Caruso et Al, 2018) ha infatti dimostrato che l'equolo, metabolita attivo della daidzeina, un fitoestrogeno ben noto, migliora significativamente anche la secchezza vaginale a tre mesi, mentre il dolore alla penetrazione scompare circa 8 mesi dall'inizio della cura. Migliora inoltre le vampate e le difficoltà del sonno, riducendo anche l'ansia post-menopausale.

Perché funziona? L'equolo agisce sui recettori estrogenici di tipo beta, che mediano le azioni cellulari di tipo antiproliferativo e riparativo: si tratta quindi di un'azione protettiva sul seno, seppur blanda. Grazie a quest'azione, molti oncologi lo utilizzano nelle signore come lei, che hanno avuto un tumore al seno, sono in terapia adiuvante con gli inibitori delle aromatasi, e lamentano molti sintomi vaginali e vampate.

Oltre all'equolo, il farmaco contiene altri principi attivi, sempre di tipo fitoterapico, che ne spiegano le molte azioni benefiche, utili nelle donne che non possono, o non vogliono, assumere estrogeni. Contiene passiflora, attiva sui disturbi d'ansia e i correlati disturbi del sonno, su stanchezza e irritabilità; resveratrolo, potente antiossidante; quercetina che, per inciso, aiuta a ridurre la tendenza all'aumento di peso, con un grande profilo di sicurezza d'uso, anche per le donne, come lei, che abbiano avuto un tumore al seno.

Si assume 1 cps alla sera, prima di dormire. Molte mie pazienti ne hanno tratto un buon beneficio e questo studio lo conferma. Consiglio di fare anche una fisioterapia di rilassamento del pavimento pelvico, contratto in risposta al dolore e ulteriore causa di dolore alla penetrazione, se non si insegna alla donna come rilassarla bene.

---

Prevenire e curare - Ospemifene dopo la terapia adiuvante

Le donne che hanno completato la terapia adiuvante possono invece utilizzare l'ospemifene, che non è un ormone e non contiene ormoni, ma si comporta da "modulatore selettivo del recettore estrogenico", in grado di interagire positivamente in sedi specifiche, come la vagina, dove

contribuisce a ricreare una buona risposta sessuale. Ne parli con il suo medico!

---

---